

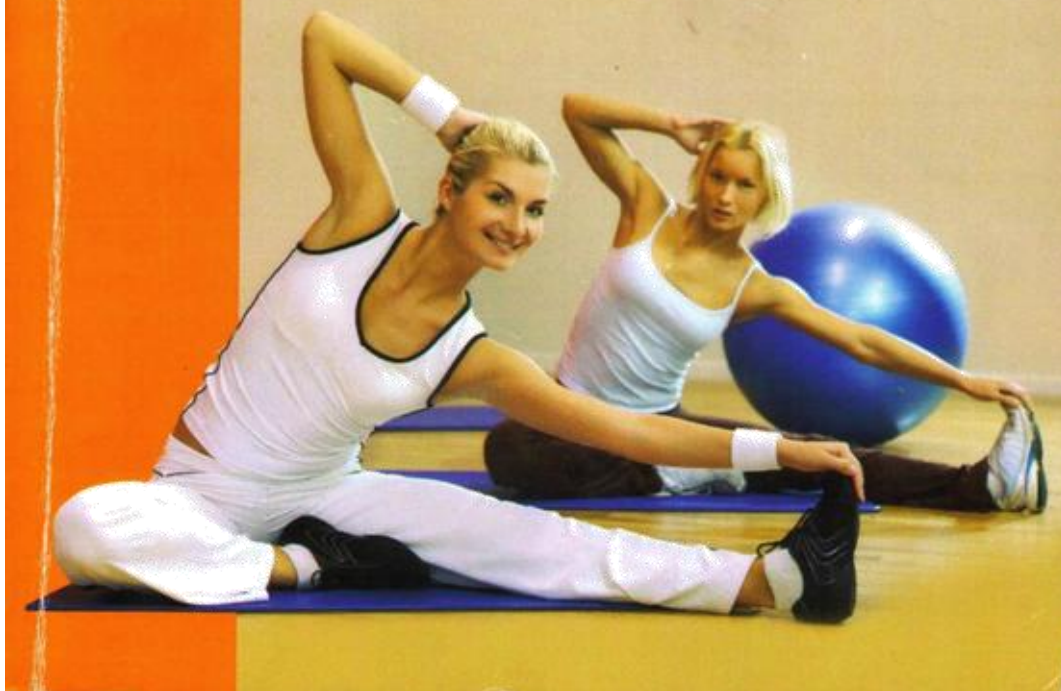
МІНІСТЕРСТВО АГРАРНОЇ ПОЛІТИКИ  
ТА ПРОДОВОЛЬСТВА УКРАЇНИ

Департамент аграрної освіти,  
науки та дорадництва

Національний університет біоресурсів  
і природокористування України

## **ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ: ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ**

За матеріалами  
II Всеукраїнської науково-практичної конференції  
(24-25 листопада 2011 р., м. Київ)



УДК 796.011: 378–057.87  
Ф 48  
ББК 75.0

Фізичне виховання студентської молоді: проблеми та перспективи: монографія за матеріалами II Всеукраїнської науково-практичної конференції, Київ, 24–25 листопада 2011 року / під заг. ред. доц. С.І. Присяжнюка. – К.: Видавничий центр НУБіП України, 2011. – 264 с.

У монографії, упорядоченій на основі матеріалів II Всеукраїнської науково-практичної конференції, присвяченій передовому досвіду фізичного та спортивного удосконалення студентів вищих навчальних закладів України, Білорусії та Польщі, розглядаються різні аспекти стратегії постановки фізичного виховання за сучасних соціально-економічних умов, найбільш дієві методи управління цим процесом, ефективного забезпечення професійно-прикладної фізичної підготовки за умов навчального закладу, наведені креативні та інноваційні технології формування здоров'я і здорового способу життя та фізичної реабілітації студентської молоді.

Видання може бути корисним керівникам та науково-педагогічним працівникам фізичного виховання, студентам, магістрантам і аспірантам, що займаються проблемами фізичного удосконалення студентства.

Рекомендовано секцією фізичного виховання вищих навчальних закладів III–IV рівнів акредитації Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України, як монографія (прот. № 3 от 18 жовтня 2011 року).

Рекомендовано навчально-методичною комісією науково-педагогічних працівників вищих аграрних закладів освіти України з напрямку „Фізичне виховання і спорт”, як монографія (протокол від 11 жовтня 2011 року № 3).

**Полухін Ю.В., Кузенков О. В.**

Національний Технічний університет України  
«Київський політехнічний інститут»

**Хохлов А.В.**

Національний педагогічний університет ім. М.Н. Драгоманова

## **Значення і завдання професійно-прикладної фізичної підготовки**

**Актуальність.** Важливою частиною фізичного виховання дорослого населення є професійно-прикладна фізична підготовка (ППФП) до трудової діяльності.

Це спеціалізований вид фізичного виховання, направлений на формування і підтримку необхідного рівня фізичної підготовленості стосовно вимог певної (конкретної) професії. ППФП сприяє успішному професійному становленню і розвитку особи.

ППФП є одним з розділів професійної освіти; вона включена в систему теорії і методики фізичної культури, в якій відбивається її зміст, структура, специфічні характеристики. Її місце і значення в загальній структурі фізкультурної освіти визначається потребами виробництва, характером і умовами праці, особливостями його технології, вимогами до якості його результатів [2-5].

Зараз існує багато професій та спеціальностей, кількість яких постійно збільшується. По суті, кожна з них пред'являє свої специфічні вимоги до працівника даної професії, а деколи буває, що працівник відчуває на собі її несприятливу дію.

Тому виникає необхідність спеціальної фізичної підготовки працівників будь-якої професії до їхньої професійної діяльності.

ППФП — один з видів фізкультурної освіти, направлений на формування фізичних якостей, рухових навиків, знань і вмінь, необхідних людям в їх праці.

Цей вид діяльності сприяє задоволенню потреби особи у вдосконаленні тілесних і психічних здібностей до виконання її специфічних професійних функцій, а також потреби суспільства в підвищенні продуктивності і якості результатів праці.

**Мета ППФП.** Соціальне значення ППФП в сучасних умовах виражається, перш за все, суспільною потребою в збереженні і зміцненні здоров'я всіх трудящих, в постійному підвищенні продуктивності праці, в продовженні творчого довголіття особи і в скороченні втрат робочого часу.

Основними чинниками, що визначають загальну спрямованість, завдання і зміст ППФП є: характер, об'єм інформації, що поступає, і

умови її сприйняття працівниками в процесі праці; характер основних робочих рухів; особливі зовнішні умови професійної діяльності [1—5].

Ці чинники обумовлюють завдання ППФП :

- 1.Розвиток ведучих для даної професії фізичних якостей.
- 2.Формування і вдосконалення допоміжно-прикладних рухових навиків.
- 3.Підвищення стійкості організму до зовнішніх дій умов праці.

На основі сучасних досліджень проблем праці і професійної діяльності визначається рейтинг (послідовність ступеня важливості, переваг) фізичних вправ і інших засобів ППФП.

Для одних професій пріоритетними є силові або швидкісно-силові здібності, для інших пріоритетними є координаційні здібності, для третіх – витривалість, для четвертих – гнучкість і тому подібне.

Нерідко трудова діяльність проходить в досить складних несприятливих умовах, які негативно діють на людину (задимленість, вібрація, високі або низькі температури в зоні праці), або часта і різка їх зміна (ковалі, металурги, шахтарі), високий рівень шуму (ткацьке виробництво).

Все це необхідно враховувати при визначенні порядку і пріоритетів в розвитку фізичних здібностей.

Базою ППФП є загальна фізична підготовка (ЗФП). Чим вона вища, тим краще у фізичному відношенні підготовлена людина і тим швидше розвиваються її пріоритетні для конкретної спеціальності фізичні якості і здібності. Більш того, на базі достатньо високої ЗФП швидше і ефективніше формуються і розвиваються специфічні професійні рухові навики. Особливо велике значення в цьому аспекті має досвід, сформований у сфері спортивних ігор (волейбол, баскетбол, футбол і ін.).

Теорія і методика ППФП ґрунтується на загальній теорії і методиці фізкультурної освіти. У ППФП використовуються в основному ті ж самі засоби, що і в ЗФП, ті ж методи, методичні прийоми. Проте вони реалізуються в специфічному плані з урахуванням особливостей професії, спеціальності, яка містить характеристику даної професії, її специфіку, вимоги до фахівців даного профілю і тому подібне. З чисельної кількості фізичних вправ використовуються переважно такі, які розвивають фізичні якості, необхідні в даній професії. Для ППФП підрозділів правоохоронних органів використовуються такі види спорту, як різні види боротьби, боксу і тому подібне.

Зміст ППФП викладається в учбових програмах з теорії і методики фізичної культури і в практичному аспекті орієнтується на специфіку конкретних професій. Але оскільки професій сотні і тисячі, то вони зводяться в певний блок (газівники і нафтовики, монтажники, такелажники і вантажники і тому подібне).

Фізкультурну освіту з ППФП здобувають фахівці в процесі навчання в середніх і вищих спеціальних фізкультурних закладах, після закінчення яких вони можуть працювати за напрямом ППФП на підприємствах, у фірмах, установах і тому подібне як інструктори, методисти, організатори роботи в даному напрямі.

Що стосується безпосередніх членів виробничих колективів, різних установ учбових закладів, сфер обслуговування, підрозділів медицини і тому подібне, особового складу озброєних сил, команд і під розділів пожежних тощо, то їх ППФП здійснюється або під керівництвом фахівців, що мають відповідну освіту, або самостійно, індивідуально за системою неспеціальної (непрофесійної) фізкультурної освіти

Її зміст формується на основі особистого досвіду професійної діяльності або досвіду інших, в процесі спостережень, на основі інформації, отриманої з газет, журналів, телевізійних або радіопередач, а також в процесі індивідуальної або групової рекреаційної діяльності. Але оскільки збір, обробка, систематизація і реалізація всієї цієї інформації, отриманої з різних джерел, носить несистематичний, деколи випадковий характер, то практичний ефект її вельми невисокий. Справа ускладнюється ще й тим, що в цьому випадку, як правило, інформація лиш на слабку теоретичну платформу або її повну відсутність.

### **Висновки**

Все це приводить до того, що процес адаптації людини до своєї професійної діяльності затягується, вдосконалення професійно прикладних навиків здійснюється поволі, людина швидше втомлюється в процесі роботи і повільніше відновлюється, а якість результатів її професійної діяльності залишається на досить низькому рівні. Це часто відображається і на величині заробітної плати, а деколи і в звільненні працівника у зв'язку з його профнепридатністю.

### **Література**

- 1.Егорычев А. О. Теоретические основы педагогической технологии управления психофизической подготовкой студентов к профессиональной деятельности // Актуальные проблемы профессионально-прикладной физической подготовки/ Одесса, № 1 (1) 2010 - с. 15 - 18.
- 2.Ильинич В. И. Профессионально-прикладная физическая подготовка. М.: Высшая школа, 1978-с. 142
- 3.Макаров Р. Н. Профессиональная надёжность и пути конструирования целевой модели и физической подготовки специалиста. «Фізична підготовленість та здоров'я населення». Збірник наукових матеріалів. Одеса, 1998-с. 12-16.
- 4.Полиевский С. А., Волохова С. В. Развитие тепловой устойчивости организма при реализации ППФП студентов и профессионалов. Современ-

ная стратегия и инновационные технологии физического совершенствования студенческой молодежи. Материалы Международного симпозиума. Одесса, 16 - 17 сентября 2010 - с. 222-226

5. Раевский Р. Т., Канишевский С. М. Актуальные проблемы профессионально-прикладной физической подготовки и методология их решения. // Актуальные проблемы профессионально-прикладной физической подготовки Одесса М: (1) 2010 - с. 6-10.